2012

開設 3 周年記念誌

水光会 総合リハ・フィットネスセンター
3 年間の歩み

発行日：2012 年 6 月 1 日

医療法人社団水光会　宗像水光会総合病院

～　目　次　～

（縮小版のため一部内容とページ数が異なります）

１．　まえがき　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　3
２．　理事長ご挨拶　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　4
３．　設立目標と理念　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　6
４．　前理事長・津留水城先生の思い出　・・・・・・・・・・・・・・・・　8
５．　センター開設までの道程　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　10
６．　センター概要および設計者の想い　・・・・・・・・・・・・・・・・　15
７．　竣工記念式典　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　18
８．　各部門の施設基準および許認可事項　・・・・・・・・・・・・・・　20
９．　部門別紹介および実績　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　21
　１）水光会 健康増進クリニック
　２）デイ リハビリテーション　（通所リハビリ）
　３）メディカル リハビリテーション
　４）水光会メディカルフィットネス
　５）水光会センター厨房
　６）カフェレストラン
１０．委託事業の概要および実績　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　33
１１．開設後の行事、キャンペーン等の実績　・・・・・・・・・・・・・・　35
１２．思い出のページ～元職員からの寄稿～　・・・・・・・・・・・・・・　37
１３．利用者様からのメッセージ　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　41
１４．研究業績・学会発表・論文掲載等　・・・・・・・・・・・・・・・・　43
１５．センターの職員（常勤）紹介　・・・・・・・・・・・・・・・・・・　46
１６．編集後記　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　51

1．まえがき　【石と桜】

水光会 総合リハ・フィットネスセンター

統括部長　中村　一平

「石の上にも三年」という諺があります。何事も形になるまでには時間がかかる（辛抱が必要）ということでしょうが、水光会 総合リハ・フィットネスセンターがオープンして以来、いつも「3 年」「3 年」と念じてきました。この度、その 3 年が到来しました。

この間、関係各位の格別のご支援・ご指導を賜り、利用者も着実に増えて参りました。ちなみに、平成 24 年 1 月、2 月、3 月の平日の平均利用者はそれぞれ 216 人、226 人、224 人と徐々に短期目標の 250 人に近づきつつあります。3 周年にあたり、前理事長にまつわる思い出話しを 2 つご披露申し上げます。

一つは、石の話しです。当センターの正面左右の外壁とレストランの内壁は丹波石（兵庫県産）の石積みになっています。渋い色合いと石の組み合わせの妙が何とも言えない雰囲気を醸しだします。天候（光線）の具合で顔色が変わるのも面白いものです。この石積みを眺めるたびに前理事長のお姿が脳裡に浮かびます。

建築工事も終盤に入り躯体がほぼ完成した春まだ浅い日（2 月末）の午後、石積みの色を決めることになりました。前理事長と現理事長、設計の大橋氏、清水建設・大津工事長、千手課長、横幕課長、私。この頃には、前理事長は下肢筋力が少し低下していました。大橋氏の粋な計らいで、工事現場敷地に（前日から）実際に石積みの外壁を 2 種類組み上げ、色んな角度から比較・検討できる仕掛けになっていました。最初は立ってご覧になられていた前理事長もお疲れの様子だったので、前もって用意していた椅子を後ろからそっと差し出すと、ちょっと躊躇されながらお座りになりました。無言のまま、視線を左右に移しておられましたが、15 分ほど経って、『右がいいですね』とポツリと仰られ、石の色が決った次第です。（内心、私も意見が一致したので嬉しく思いました。）

もう一つは桜の話しです。センターの外周を桜の散歩道にしたいとの前理事長のご希望で、桜が 40 数本（正面駐車場含む）植えられました。今年も派手さはありませんが、しっかり咲きました。幹はまだまだ細いのですが、花つきが良くなってきました。桜を眺めるにつけ、前理事長と『花見て一杯』と洒落こみたかったと心残りに思うこの頃です。10 周年（平成 31 年・2019 年）を迎える春には、現理事長を囲んでみんなで盛大に花見をしたいものです。

このたび、平成 24 年 4 月 1 日在籍の職員一同の機運が高まり、3 周年記念誌を作成することになりました。職員一人一人が本センターの設立の趣旨を再確認する絶好の機会になりました。10 周年への一里塚として、みんなで力を合わせて編集した本記念誌を、心を込めて前理事長に捧げます。

２．理事長ご挨拶

医療法人社団水光会　　理事長
宗像水光会総合病院　　院長
水光会 総合リハ・フィットネスセンター　センター長
津留　英智

このたびは、「水光会 総合リハ・フィットネスセンター」の開設３年を迎えるにあたり、ご利用頂いています皆様、ご協力頂いています関係各位に心よりより感謝申し上げます。

当水光会グループは、『地域と共に』を理念の礎とし、急性期医療、介護、福祉、予防医学、健康増進と、幅広く地域の皆様のニーズにお応えすることが出来るように、施設の充実に務めて参りました。以前からリハビリを希望される患者さん・利用者の方々は数多く、特に脳卒中急性期後の脳血管リハビリ、骨折術後の運動器リハビリ、および長期に通院されている維持期リハビリを希望する方々には、病院外来のリハセンターのみでは設備・ハード的にも十分とは言えず、当院としましても以前から是非この地域に、基幹的リハビリセンターとなる施設を設立したいと言う夢がありました。また予防医学・健康増進として市行政の運営委託を受け、福津市健康福祉総合センター（ふくとぴあ）内で、小規模ながらフィットネス事業も行っていましたが、プールも無く手狭であり、ハードとしては市民の皆様の十分な満足を得られるものではありませんでした。

平成 18 年 4 月に、発症から 6 ヶ月以上の維持期リハビリの患者さんは医療保険対象外とする医療政策が打ち出され、いわゆる『リハビリ難民』問題が表面化しました。また介護保険改訂により、新たな介護予防サービスについて、「運動器の機能向上」が新予防サービスとして導入され、高齢者寝たきり予防としての『パワーリハ』も注目された年でした。また平成 20 年には特定健診・特定保健指導がスタートし、メタボリック症候群（メタボ）が流行語にもなり、「メディカルフィットネス」が注目されるようになり、一般市民にも広く健康に対する意識の変化が見られるようになりました。

そのような時代の流れの中で、特に高齢者の健康増進、介護予防対策としてのリハビリ・フィットネスのニーズが徐々に高まりつつあり、初代理事長（故・津留 水城）が中規模でかつ多機能な施設が、この地域には是非とも必要であると判断し、かなり思い切った設備投資ではありましたが、この施設を設立するに至りました。残念ながら初代理事長は、施設完成とほぼ同じ時期に闘病の末他界しましたが、最期の夢が実現し、この『水光会 総合リハ・フィットネスセンター』は誕生しました。

当センターは、リハビリテーションセンター、フィットネスセンターの他に、室内温水プール設備含む、数多くの器具・マシン設備を有しています。館内併設の水光会・健康増進クリニックでは、『ポータブル体成分分析装置インボディ』を使用し、医学的デ

ータに基づいた、きめ細かい健康指導を提供し、個別性、持続性・継続性のある運動療法をアレンジし、運動指導士、リハビリセラピストが対応しています。

この周辺医療圏である、宗像市、福津市、古賀市より、様々な介護予防事業の委託も受けるようになり、毎日多くの高齢者の方々に、元気にプールやパワーリハ器機などをご利用して頂き、リハビリに励んで頂いています。団塊世代が後期高齢者となる 2025 年になっても、少しでも健やかで元気に自立した生活が営める方々が増えるように、これからもよりいっそう介護予防の充実に取り組んで行きたいと思います。

また施設 2 階の地域交流室では、地域内外での様々な講演会・勉強会など、地域の交流の場として広く活用されています。その隣の多目的室には、調理講習用設備・シンクがあり、老・老介護や、特に男性の高齢者独居生活者の為に、こだわりのある『男の料理教室』などの新しいサービス展開も好評を得て徐々に地域に根付いています。入館者もおかげさまで年々増加傾向であり、フィットネス専用のスタジオ、センター駐車場については早くもやや手狭な状況と成りつつあり、ご利用の皆様には色々とご迷惑もお掛けしております。

3 年目を迎えるにあたって、病院・施設の周辺は、ＵＲ（都市基盤整備公団）の都市開発が進み、道路も拡張整備され、大型ショッピングモールが新規開店し、病院・センター周辺には大きな街が誕生しようとしています。これからも新たな環境の中で、私達職員一同は、皆様の健康増進、メタボ対策、介護予防、リハビリ治療と幅広い分野で、新たな価値・新たなケアサービスも創造しながら、この施設を有効に運営し、センターを更に発展させ、そして高齢社会に於いても、皆さんが住み慣れたこの地域で安心して、生き生きと健康で過ごすことが出来るよう、しっかりとサポートしていく所存です。関係各位の皆様にもご指導、ご鞭撻を宜しくお願い申し上げます。

３．設立目標と理念

水光会 健康増進クリニック

副センター長　兼　院長　田中　龍二

我が国では、生活様式の変化や社会環境の変化に伴って、成人病（平成８年 12 月から「生活習慣病」という呼称が定着している）が増え始め、大きな社会問題として取り上げられるようになりました。また、急速な高齢者人口の増加は、疾病構造の変化を齎し、医療面ばかりでなく、健康、福祉面でも抜本的な対策を迫られるようになりました。

成人病から生活習慣病への概念の転換について、成人病は、加齢に伴って罹患率や死亡率が高くなることに注目した疾患群であり、検診などによる早期発見と早期治療（第二次予防対策）が予防の対策の中心であるというイメージで捉えられてきました。これに対して、生活習慣病とは、「食習慣、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣が、その発症・進展に関与する疾患群」と定義され、子供のころからよい生活習慣を保ち、青年期と中高年期には生活習慣の見直しと改善を行うことにより、疾病の発生を予防する（第一次予防対策）という意味合いを持つ概念と言えます。

このような概念を背景にして、国（厚生労働省）はわが国における健康づくり対策を年次的に進めてきましたが、中でも、平成 12 年度から計画された「健康日本２１（正式名称：21 世紀における国民健康づくり運動）」は、壮年期死亡の減少、健康寿命の延伸及び生活の質の向上の実現を目的として、生活習慣の改善などに関する課題について目標等を設定し国民が一体となって取り組む健康づくり運動であり、平成 24 年度までの計画で実施されてきましたが、平成 23 年 10 月にその最終評価が厚生労働省から公表されました。

その概要結果では、「目標に達した」と「目標には達していないが改善傾向にある」を合わせて 59.3%である一方で、「悪化している」が 15.3%となっています。これらの評価は、平成 25 年度以降の次期国民健康づくり運動に向けた議論に反映されることが予定されています。

「健康日本２１」の基本方針のひとつに、健康づくり支援のための環境整備ということが謳われています。これは、行政機関、医療保険者、保険医療機関、教育関係機関、マスメディア、企業、ボランティア団体などがそれぞれの特性を生かしつつ連携して個人の健康づくりのための環境を整備・支援するというものです。これは、個人の力による健康実現を社会全体で支援してゆくことが不可欠であるということを示しています。

このような国民健康づくり運動が実施されている間にも、医療を取りまく環境はめまぐるしく変化して、現場に混乱が生じました。

平成 18 年４月の診療報酬改定の結果、必要なリハビリが打ち切られる、いわゆる「リハ難民」が多数発生しました。また、同年に施行された改正介護険法による、市町村に

よる地域包括支援センターの設置および介護予防事業の開始、平成 20 年 4 月には特定健診・特定保健指導が始まり、健診が義務化され、糖尿病予備軍、脂質異常者などの有所見者にたいする医師、保健師、管理栄養士などによる指導（いわゆるメタボ対策）などが行われるようになりました。また、医療法人などの医療機関によるメディカルフィットネスの開設が可能となり、生活習慣病予備軍及び有病者に、医療保険による運動療法が行えるようになりました。

以上の医療環境の変化に対応するために、水光会グループは、津留水城前理事長の理念であった「地域と共に」を礎に、幅広く地域の皆様のニーズに応えるために、多様な状況に対応できる、複合的な施設として、平成 21 年 6 月 1 日に「水光会　総合リハ・フィットネスセンター」を開設しました。また、リハビリやメディカルフィットネスの生活習慣病生活管理計画の作成、運動処方の作成、安全な運動管理などに対応できるように「水光会 健康増進クリニック」も開設されました。

クリニックでは、水光会グループの基本理念である、「地域と共に」を礎にして、地域の生活習慣病の予防及び有病者の減少に貢献できることを目標に職務に励んでいます。

リハビリでは、介護予防利用者の安全面での支援（緊急時の対応など）と、脳血管障害や整形外科的な運動器障害、特定疾患などの身体障害などで、急性期リハビリが終わり病状が安定した後も、引き続きリハビリを必要とする人に対して、専門スタッフとの緊密な連携のもとにリハビリ療養計画を作成して、個々の症例に応じた対処をおこなっています。

クリニックのもう一方の主要な業務である、メディカルフィットネスは、名前のとおり、医療と健康・体力づくりの運動を関連づけたシステムおよびそのシステムを実施する施設の総称です。医学的な検査を行い、それに基づいて個人の健康状態に合わせた運動プログラムなどを提案できるがことが特徴です。医師、保健師、栄養士、健康運動指導士などがお互いに連携して運動指導や栄養指導を実施しますので、運動効果や安全性が高いといった利点を有しています。

健康増進クリニックも開設以来、3 年が経過しようとしています。この間、多くの方々にフィットネスを利用頂いていますが、着実にその効果が現れている人も増えてきており、継続的な運動習慣が、生活習慣病の予防や改善、質のよい健康状態を維持するための有効な手段であることが実証されています。

今後も根拠に基づく実効性のある説明を心がけながら、利用者の皆様に施設の存在意義をご理解頂けるように努めて参りたいと思いますので、より一層のご支援とご協力をお願いいたします。

4. 前理事長・津留水城先生の思い出

前理事長直筆の定礎板
（エントランス左側に埋め込まれている）

建築現場見学会でのひとコマ・中央が現理事長、
中央右が前理事長（平成 21 年 2 月 26 日）

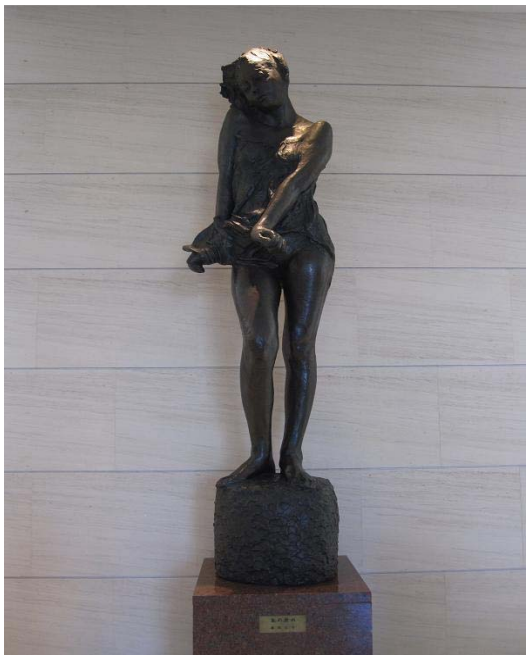
正面玄関の石積み（丹波石）

前理事長自ら石の選定・その 1
（平成 21 年 2 月 26 日午後）

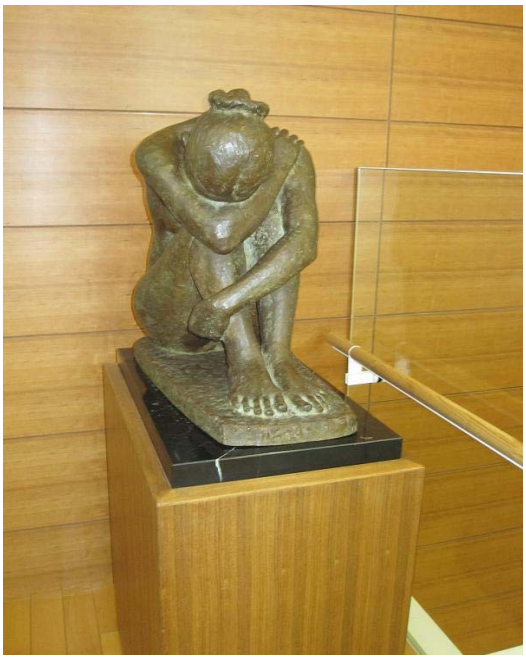
前理事長自ら石の選定・その 2
（平成 21 年 2 月 26 日午後）

センター庭園の桜（平成 24 年 4 月 10 日午後）

津留水城前理事長が受章された
旭日小綬章と略綬（左）



施設内に展示されているブロンズ像
風の戯れ：桑原 巨守作
（エントランスホール）



施設内に展示されているブロンズ像
無題・乙女の像：桑原 巨守作
（階段ラウンジ）

5. センター開設までの道程

日　　付	事　　項
◆2007 年	
2007 年 04 月 28 日	（仮称）総合リハビリテーションセンター新築工事　基本設計図提示
2007 年 06 月 23 日	新築工事　第 1 回計画打ち合わせ（議題：施設の基本的機能等について）
2007 年 10 月 18 日	新築工事　第 2 回計画打ち合わせ（議題：計画内容の説明）
2007 年 11 月 02 日	新築工事　第 3 回計画打ち合わせ（議題：計画内容の説明）
2007 年 11 月 14 日	新築工事　第 4 回計画打ち合わせ（議題：平面計画等について）
2007 年 11 月 20 日	新築工事　第 5 回計画打ち合わせ（議題：リハビリ部門について）
2007 年 12 月 10 日	新築工事　第 6 回計画打ち合わせ（議題：平面計画・デザイン計画等）
◆2008 年	
2008 年 04 月 16 日	介護サービス他、事前協議開始（宗像保健福祉環境事務所）
2008 年 04 月 30 日	介護サービス事業事前協議書等書類一式提出（宗像保健福祉環境事務所）
2008 年 05 月 09 日	介護サービス事業事前協議完了（宗像保健福祉環境事務所）
2008 年 05 月 21 日	平成 20・21 年度一般（指名）競争入札資格審査申請書提出 （宗像市財政課契約係）
2008 年 05 月 30 日	第 1 回建築会議開催（議題：最終設計について）（第 20 回まで途中省略）
2008 年 07 月 23 日	介護予防事業サービスについて協議 （宗像市地域包括支援センター、宗像市健康づくり課）
2008 年 08 月 05 日	第 1 回総合リハビリテーションセンター設立準備委員会開催
2008 年 08 月 13 日	第 2 回総合リハビリテーションセンター設立準備委員会開催
2008 年 08 月 20 日	福津市健康福祉部＆いきいき健康課訪問（事業概要説明）
2008 年 09 月 12 日	総合リハビリテーションセンター起工式（地鎮祭）執行
2008 年 09 月 22 日	福津市高齢者サービス課＆介護保険係訪問（事業概要説明）
2008 年 09 月 26 日	総合リハビリテーションセンター事業計画会議開催
2008 年 10 月 25 日	小規模多機能型居宅介護施設「花みずき」および 高齢者専用賃貸住宅「みずきの郷」竣工式ならびに内覧会開催
2008 年 11 月 04 日	平成 21 年度宗像市介護予防事業説明会参加
2008 年 11 月 10 日	平成 21 年度介護予防事業企画書提出（宗像市地域包括支援センター）
2008 年 11 月 13 日	第 21 回建築会議開催（議題：11 月 10 日～30 日の工程表説明）
2008 年 11 月 18 日	九州厚生局指導監査課訪問（診療所開設＆リハビリ施設基準の確認）

2008 年 11 月 27 日	第 22 回建築会議開催（議題：12 月月間工程表説明）
2008 年 12 月 05 日	宗像保健福祉環境事務所訪問（医療法第 42 条に規定する疾病予防運動施設および診療所開設手順の確認）
2008 年 12 月 11 日	第 23 回建築会議開催（議題：各種機械等の配置確認）
2008 年 12 月 12 日	第 1 回総合リハビリテーションセンター運営会議開催 （議題：部門別届出事項・様式・期日の確認他）
2008 年 12 月 17 日	介護予防事業企画書に係るヒアリング（宗像市地域包括支援センター）
2008 年 12 月 25 日	第 24 回建築会議開催（議題：厨房機器メーカー、AV 機器の確認他）
2008 年 12 月 29 日	第 2 回総合リハビリテーションセンター運営会議開催 （議題：センターの名称、各部門設備・器機、人員配置について他）

◆2009 年

2009 年 01 月 06 日	「水光会 総合リハ・フィットネスセンター」他、各部門の正式名称決定 （理事長より正式発表）
2009 年 01 月 15 日	第 25 回建築会議開催（議題：1 月～2 月の工程表の説明他）
2009 年 01 月 29 日	第 26 回建築会議開催 （議題：空調・照明のエリア分け、キープランについて他）
2009 年 02 月 03 日	第 3 回総合リハビリテーションセンター運営会議開催 （議題：総合リハ・フィットネスセンター組織図について他）
2009 年 02 月 12 日	第 27 回建築会議開催（議題：キープラン、講義室・調理室設備について他）
2009 年 02 月 16 日	第 1 回水光会 総合リハ・フィットネスセンター実務者会議開催 （議題：センター内各部署業務連携と業務分掌について他）
2009 年 02 月 23 日	第 2 回水光会 総合リハ・フィットネスセンター実務者会議開催 （議題：メディカルフィットネス受付システムについて他）
2009 年 02 月 25 日	第 4 回総合リハビリテーションセンター運営会議開催 （議題：組織図・人員配置確認、メディカルフィットネス料金体系、 クリニックの検査・投薬体制について他）
2009 年 02 月 26 日	第 28 回建築会議開催（議題：工程表説明、講義室設備について他）
2009 年 02 月 26 日	建築現場見学会開催（理事長、院長、赤瀬部長、上野看護部長、千手課長、山中企画室長、他関係者）
2009 年 03 月 10 日	水光会 総合リハ・フィットネスセンター利用者調整会議開催 （議題：法人グループ内各施設の機能分担と業務連携の確認、センター利用者の開拓について他）
2009 年 03 月 12 日	第 29 回建築会議開催（議題：調理室設備、外構について他）
2009 年 03 月 26 日	第 30 回建築会議開催 （議題：4 月月間工程表説明、職員向け見学会について他）
2009 年 04 月 09 日	第 31 回建築会議開催・最終回（議題：サインについて他）
2009 年 04 月 15 日	職員向け見学会（理事長、他職員・関係者）
2009 年 04 月 17 日	「水光会健康増進クリニック」開設許可（宗像保健福祉環境事務所）

2009年 04月27日	第1回施主検査（院長他、関係者）
2009年 04月29日	ロビー壁面に理事長直筆の「定礎板」埋め込み
2009年 04月30日	建築完了：施主（医療法人社団水光会）へ引渡し （グランドマスター他キーボックス、各種機器取扱説明書等受領）
2009年 05月01日	開設準備室設置
2009年 05月07日	第2回施主検査、センター供用開始、職員配置および事前研修開始 （5月15日まで）
2009年 05月08日	「診療所開設後の届」提出（宗像保健福祉環境事務所）
2009年05月13日	水光会センター厨房　特定給食施設開設届提出（宗像保健福祉環境事務所）
2009年05月13日	水光会メディカルフィットネス　プール設置届提出 （宗像保健福祉環境事務所）
2009年05月13日	水光会メディカルフィットネス　公衆浴場営業許可申請書提出 （宗像保健福祉環境事務所）
2009年05月14日	津留水城理事長　平成21年春の叙勲・褒章の拝謁式ご列席 **（皇居豊明殿参内・旭日小綬章受章）**
2009年 05月16日	入社式挙行、新規採用職員配置
2009年 05月18日	新入職員研修開始（～26日まで）
2009年 05月20日	運用実験開始（～29日まで）
2009年 05月23日	竣工式、内覧会、祝賀パーティ開催
2009年 05月28日	津留水城理事長ご逝去
2009年 06月01日	センターオープン　（津留水城理事長告別式）

センター開設まで「回想」

水光会 総合リハ・フィットネスセンター

事務長　江田　修

小振りの木が目いっぱいの花をつけ存在感を見せつけていたのはつい先日のこと。57台の車両が収容できる駐車場に植えられている2年目の桜花ですが、この6月で「水光会 総合リハ・フィットネスセンター」は3周年を迎えました。宗像水光会総合病院の東側に隣接し、この駐車場を中心に北側に既設の介護付有料老人ホーム「水と光の園」、南側に水光デイサービスセンター、東側にこのセンターは位置しています。

センター開設より8ヶ月早く南側に高齢者専用賃貸住宅「みずきの郷」（現在は法改正によりサービス付き高齢者向け住宅に変更）、小規模多機能型居宅介護施設「花みずき」（地上4階建）が平成20年11月1日に開設致しました。いずれも水光会では新たな分野の施設で、センターと廊下で直結する予定で建築は続行され、平成21年6月1日開設。業務を開始致しました。

健康増進から介護予防や維持期のリハビリまで包括的なサービスを提供する複合施設で、厚生労働大臣認定健康増進施設「水光会メディカルフィットネス」、診療所「水光会 健康増進クリニック」、特定給食施設「水光会センター厨房」から成ります。
業務の詳細につきましては、それぞれの部門紹介がありますので省略致します。

前述の「花みずき」「みずきの郷」開設後、継続してセンターの建築会議が行われていましたが、私自身は当時この新規事業に従事しており、消防法上同一建物ということもあり、関連施設での立場で参加していました。時期は覚えていませんが、赤瀬事務部長（現総務部長）、中村開設準備室長（現統括部長）から打診があり、センターの事務部門を担当することになりました。

新たな事業ということで、それまでにいくつかの施設を見学していたようですが、以後は見学の度に同行するようになり、事業の知識を習得すること、建築会議に参加し仕様の確認をすること、事業開設に必要な申請をすること、がまず主な業務。リハビリ部門は、中村室長をはじめ、リハビリ横幕係長（現課長）、藤田係長（現課長）、フィットネス部門は山中主任が室長の指示の下、準備が順調に進んでいるようでした。

メディカルフィットネス設立は初めての経験で（財）日本健康スポーツ連盟や宗像保健福祉環境事務所に相談、準備を進めました。管内で初めてのメディカルフィットネス開設だったらしく、予想以上に時間が経過、開設には医療法42条の条件を満たすことが必要で、生活習慣病に有益な有酸素運動が出来る施設であり、医療機関の連携が不可欠であるということ、以上により診療所の併設が必要条件となりました。診療所開設とメディカルフィットネス申請の準備を開始。以後は順調に申請業務が進行しました。

津留水城前理事長の集大成の施設が完成し、竣工目前というときに前理事長は他界されました。非常に残念です。「みずきの郷」が開設し、センターが工事中であった頃のある日、病気療養中であった故津留水城先生がおひとりでみずきの郷に歩いて来られ、「ご苦労さん、ちょっと部屋を見せてくれないかな」。なんとか歩けるか歩けないかの状態であったと記憶してますが、部屋に案内すると、「靴を脱ぐと履くのがまた一苦労なのでこのままでいいかな」そう言って、部屋の中と部屋からの景色を静かに眺めておられました。

ついに竣工したセンター内を歩いて回られるお姿を拝見することはできませんでしたが、いつもどこかで笑顔でセンター見守ってくれていることと思います。

センターは3周年を迎えましたが、まだまだ未熟な施設であります。患者さん、利用者さん、地域の皆さん、水光会職員からの声を頂戴しながら、1人でも多くの方から満足いただけるような施設になれるよう職員一同一層の努力を重ねていく所存であります。今後もご指導ご鞭撻のほど宜しくお願い申し上げます。

6. センターの概要および設計者の想い

施設所在地	:	福津市上西郷 488 番地の 1
敷地面積	:	14,414 ㎡（参考：福岡ヤフードームのグラウンド面積　約 13,500 ㎡）
建物の構造	:	鉄筋コンクリート造 2 階建、一部地下 1 階（プール濾過装置設置）
延床面積	:	4,410 ㎡（1 階 2,442 ㎡、2 階 1,938 ㎡）
工期	:	平成 20 年 9 月 12 日・地鎮祭 平成 21 年 4 月 30 日・引渡し（工期 8 ヵ月）
設計・監理	:	ワークボックス　大橋久一氏
施行	:	清水建設

<施設名称と各部門面積>

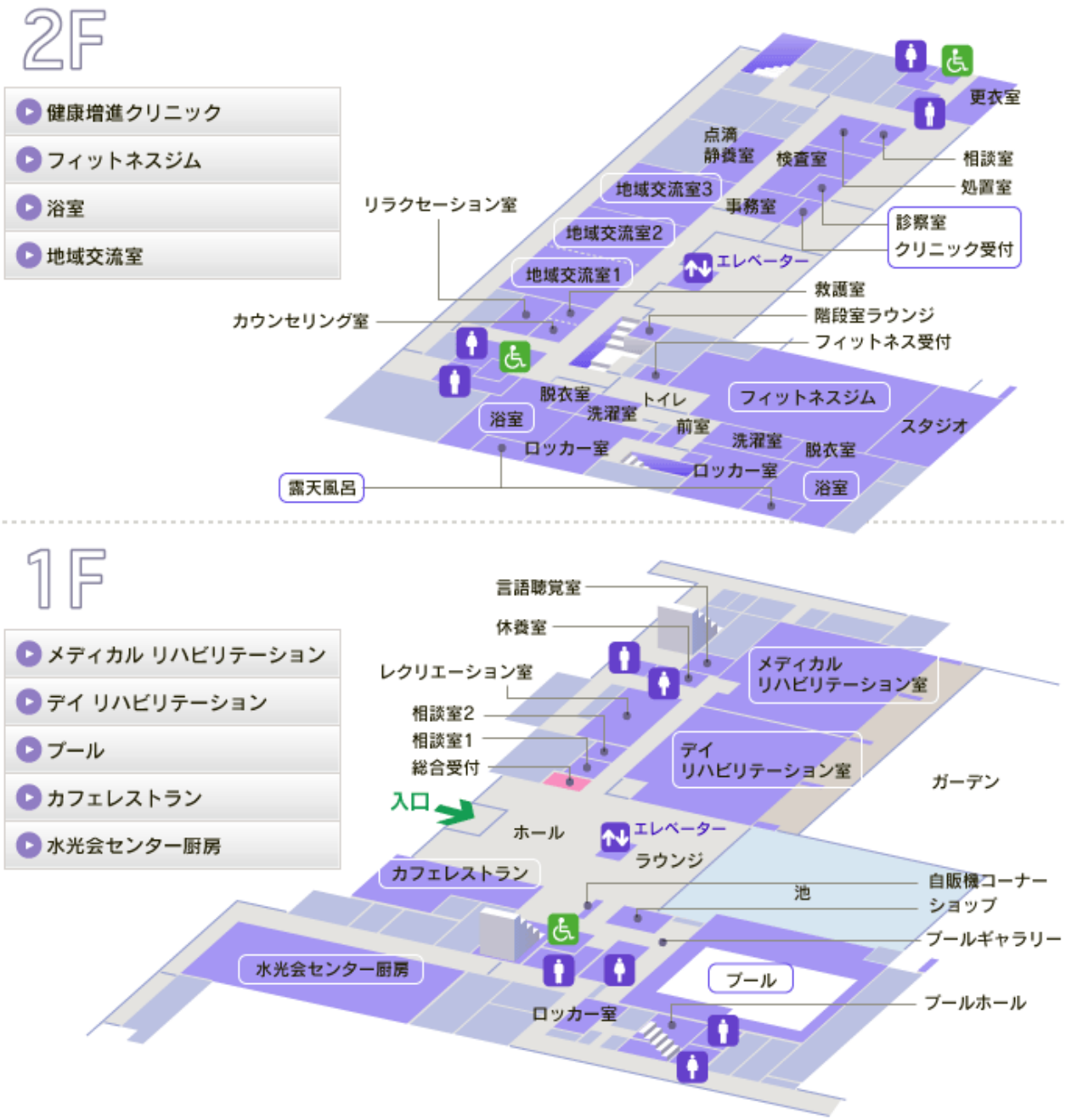
部　　門		面　積
総合名称 『水光会 総合リハ・フィットネスセンター』		4,410 ㎡
診療所 『水光会 健康増進クリニック』		1,960 ㎡
リハビリ部門 『総合リハセンター』	デイ リハビリテーション	184 ㎡
	メディカル リハビリテーション	187 ㎡
フィットネス部門 『水光会メディカルフィットネス』 ※15m×3 コースのプール及び浴室を含む		1,288 ㎡
センター厨房部門 『水光会センター厨房』		543 ㎡
カフェレストラン 『アクアライト』		53 ㎡

ワークボックス一級建築士事務所

主宰　大橋　久一

開設３周年おめでとうございます。３周年を迎えるにあたり、施設の計画関係者として、当時の思い出と計画の目的を記してみたいと思います。リハビリセンターは「水光福祉会デイサービスセンター」、「水と光の園」という既存の施設をつなぐ役割と、介護ゾーンを統括する中心的施設として、「みずきの郷」「花みずき」と共に建設されました。計画は、医療や介護の側面からだけではなく、「日常の生活を通して、地域住民の方々の健康的な生活に貢献したい」という前理事長の想いを受けスタートいたしました。前理事長を始め水光会の皆様の熱い想いによる打合せを重ねていくうちに、緑豊かな「庭」のような環境の中で、利用者の皆様が健康増進出来る、居心地の良い施設を求められているのだと理解したものでした。そのイメージを具体化する為に、前面の道路や駐車場となっている前庭から、施設のラウンジを通して庭を感じることが出来ることや、プールを含め施設のあらゆる場所から、庭空間を味えることなどが計画され、開放感のある施設構成となったのではないかと思います。「水光会」の名の通り、水や光や緑あふれる心地よい時間を過ごせる場所として、地域の皆様に末永く親しんでいただける施設となれば、計画担当者としても幸せなことだと考えています。

【施設内レイアウト】


2F
健康増進クリニック
フィットネスジム
浴室
地域交流室
更衣室
点滴
静養室
検査室
相談室
処置室
リラクセーション室
地域交流室3
事務室
診察室
クリニック受付
地域交流室2
エレベーター
地域交流室1
救護室
カウンセリング室
階段室ラウンジ
フィットネス受付
脱衣室
トイレ
フィットネスジム
浴室
洗濯室
前室
スタジオ
ロッカー室
洗濯室
脱衣室
ロッカー室
露天風呂
浴室
1F
メディカル リハビリテーション
デイ リハビリテーション
プール
カフェレストラン
水光会センター厨房
言語聴覚室
休養室
メディカル
リハビリテーション室
レクリエーション室
相談室2
相談室1
総合受付
デイ
リハビリテーション室
ガーデン
入口
ホール
エレベーター
ラウンジ
カフェレストラン
池
自販機コーナー
ショップ
ブールギャラリー
水光会センター厨房
プール
ロッカー室
プールホール

7．竣工記念式典の様子（2009 年 5 月 23 日）

式典会場案内看板

津留英智理事長挨拶

記念祝賀会来賓祝辞
福岡県医師会長（**現日本医師会長**）横倉義武先生

開式前の式典会場風景（後方から）

式典受付風景とお祝いの胡蝶蘭（一部）

８．各部門の施設基準および許認可事項

Ⅰ．施設基準について

脳血管疾患等 リハビリテーション料（Ⅱ）	九州厚生局	平成 21 年 6 月 1 日
運動器リハビリテーション料（Ⅰ）	九州厚生局	平成 21 年 6 月 1 日
電子化加算	九州厚生局	平成 21 年 6 月 1 日
明細書発行体制等加算	九州厚生局	平成 22 年 4 月 1 日
運動器リハビリテーション料（Ⅱ）	九州厚生局	平成 22 年 4 月 1 日
外来リハビリテーション診療料	九州厚生局	平成 24 年 4 月 1 日

Ⅱ．指定事項について

特定街づくり施設	宗像土木事務所長	平成 21 年 5 月 26 日
保険医療機関	九州厚生局	平成 21 年 6 月 1 日
生活保護法指定医療機関	福岡県知事	平成 21 年 6 月 1 日
生活保護法指定介護機関	福岡県知事	平成 21 年 6 月 1 日
被爆者一般疾病医療機関	宗像保健福祉環境事務所	平成 21 年 6 月 10 日
労災保険指定医療機関	福岡労働局長	平成 21 年 9 月 1 日

Ⅲ．許認可事項について

診療所開設許可	宗像保健福祉環境事務所	平成 21 年 4 月 17 日
プール設置許可	宗像保健福祉環境事務所	平成 21 年 5 月 13 日
特定給食施設	宗像保健福祉環境事務所	平成 21 年 5 月 15 日
公衆浴場営業許可	宗像保健福祉環境事務所	平成 21 年 5 月 26 日
医療法第 42 条に基づく 有酸素運動施設	宗像保健福祉環境事務所	平成 21 年 6 月 1 日
通所リハビリテーション事業所	宗像保健福祉環境事務所	平成 21 年 6 月 1 日
介護予防 通所リハビリテーション事業所	宗像保健福祉環境事務所	平成 21 年 6 月 1 日
健康増進施設	厚生労働省	平成 22 年 6 月 15 日

９．部門別紹介

◆水光会 健康増進クリニック

✧ 診療部門

健康増進クリニックでは、2 パターンの患者さんの医学的管理を行っています。

ひとつは、生活習慣病（脂質異常症、高血圧症、糖尿病）を有し、トレーニングにより、生活習慣病の予防・改善、および健康維持・健康増進を目的としてメディカルフィットネスを利用しているメディカル会員さん。もうひとつは、病状が安定期にある脳卒中や慢性関節疾患等の疾患を持ち、理学療法士・作業療法士によるリハビリ、マシンやトレーニング器具を使った自主練習を行い、心身機能の維持・改善を計る事を目的にメディカル リハビリテーションを利用している患者さんです。

メディカル会員さんは、月に 1 回健康増進クリニックを受診してもらっています。初回は、生活習慣病療養計画書に基づき、医師による問診・血液検査、管理栄養士による食事指導、健康運動指導士による利用者個人に合わせた運動プログラムの作成、看護師・保健師による保健指導など、一人一人の生活習慣に合わせたプログラムの提供や指導をしています。

健康運動指導士の作成した個別の運動プログラムに沿ってフィットネスを利用しながら、月 1 回健康増進クリニックを受診し体組織の変化や体調のチェック、3 ヶ月に 1 回、生活習慣病療養計画書に基づき血液検査、運動・栄養・生活様式などについて医師を中心に健康運動指導士、管理栄養士、看護師、保健師等が協働で管理および指導に当たっています。

メディカル リハビリテーションを利用される患者さんは、まず、健康増進クリニックの医師に診察をしてもらい、リハビリテーション指示箋を発行、それに基づき、理学療法士・作業療法士にリハビリテーションプログラムを作成してもらいます。

リハビリテーションを利用していただくにあたり、定期的に健康増進クリニックを受診してもらい、リハビリを実施してからの体調の変化など全身の状態を医師より受診時に毎回チェックしてもらっています。また、それ以外にも、フィットネス、メディカル リハビリテーション、併設するデイ リハビリテーションを利用している人、また、介護予防教室に参加している人が急変したときに対応をしており、当センター全体の医学的管理を行なっています。

保健師：谷口悦子

✧ デイ リハビリテーション

介護保険対応の通所リハビリテーションです。通所リハビリテーションは、水光会グループの中で既に『介護老人保健施設 水光苑』で行っていましたので、健康増進クリニックでは①退院したばかりで体力に自信がない　②リハビリを集中して行いたい③1 日タイプの通所リハでは自宅での家事に支障が生じる　④レクリエーションが好きではない　⑤1 日タイプの通所リハでは時間を持て余してしまう　などといったご利用者のために、「半日タイプ」の通所リハビリテーションを行っています。半日のご利用ですので、入浴・食事のサービスはありません。

建築当時から、地域の方々に建物自体の存在は知っていただいていたと思いますが、建物の中で何が行われているかはほとんどの方に知られていませんでした。まずは地域のケアマネジャーに当事業所を知っていただくことから始めようとしたものの、長く医療保険下で勤務していましたので、どこにケアマネジャーがいらっしゃるのかさえ分からず、柴口前地域総合ケアセンター長の案内の元、中村統括部長と私の 3 人で 2 日間、計 30 ヶ所の介護支援事業所へ挨拶回りに出掛けました。開設月の平成 21 年 6 月のご利用者はわずか 2 名。ご利用者よりスタッフの数の方が多い時もありました。しかし、その時間を有効に使い、ご利用者へのサービスの質を向上させるべく研修を行ったり、各種書式を作成したりといった受け入れ態勢を整えることができ、平成 24 年 3 月のご利用者は 174 名となりました。これもひとえにご利用者やご家族、ケアマネジャーの方々や津留英智センター長、仲嶋孝治前院長、田中龍二院長をはじめグループ内の職員の方々のお力添えの賜物と思っております。この場をお借りして感謝申し上げます。

センター開設日は故津留水城前理事長の告別式でした。私は供花の一部をいただきました。ドライフラワーにして自宅に飾り、日々私に元気と勇気を与えてくれていました。開設からちょうど 1 年後のある日、帰宅すると飾っていたドライフラワーが外れていました。「1 年経ちましたね。これからも頑張りなさいよ。」と前理事長にまた一つ背中を押していただいたように思います。

デイリハビリテーションでは開設当初より、プールでの水中運動を行えること、要支援の方にも個別リハビリテーションを提供することを独自のサービスとして行っています。特にプールでの水中運動が行える介護保険施設は近隣になく、予想以上の反響がありました。

フロアではマシントレーニングやエルゴメーター、トレッドミル、マッサージチェアなどの機器を揃え、好評を得ています。

4 年目を迎えるにあたり、平成 24 年 5 月より定員を午前 40 名→49 名、午後 40 名→49 名に増員しました。これからも地域の方々に良質な看護・介護・リハビリテーションと笑顔を提供できるよう職員一同励んでいきたいと思います。

管理者代行　兼　課長 : 横幕理恵子

✧　メディカル リハビリテーション

医療保険適応の外来リハビリテーションです。対象は、脳卒中、クモ膜下出血等の脳血管疾患、脊髄損傷や脊椎の靭帯骨化症等を患われており、急性期治療が終わり、病状が安定されている方となります。また、変形性膝関節症、腰部脊椎症による慢性的な膝痛や腰痛に悩まされている慢性関節疾患の方も対象となります。

リハビリの内容は、その方の疾患と症状に応じて、理学療法士および作業療法士のリハビリスタッフが、ご本人の要望を聞きながらプログラムを作成します。そして、リハビリスタッフがストレッチや筋力を強化する運動、患部の血液循環を良くする筋肉のリラクセーション、歩行や手指の巧緻性を中心とする日常的な動作の練習等を行います。あとは、自主運動メニューとして、マシンを使用した有酸素運動や筋力強化を図るトレーニングの方法も器具を使いながら行ってもらいます。また、自宅での生活のアドバイスや杖やシルバーカー等の福祉用具の購入の相談にも応じています。

患者さんの病状に合わせて、手足や腰の痛みを緩和させたり、転倒を予防するためのトレーニングを行い、より快適な生活が送れるようにサポートをします。現在リハビリに通院されている方の多くから、リハビリに来るようになって、「痛みが軽くなり、普段の生活がしやすくなりました。」や「体が軽くなって歩いたり、立ったりが楽にできるようになった」との声が聞かれます。その言葉にスタッフも一緒になって喜び、仕事のやりがいを感じながら業務に携わっています。

国内の情勢が目まぐるしく変化する昨今、医療業界でも、脚光を浴びる分野、逆に「昔は良かった・・・。」と思い返してしまう分野があります。医療保険下の維持期（生活期）のリハビリテーションは、国の方策に打ち出されているように、病状が安定し、維持期段階である高齢者のリハビリは医療保険から介護保険下のサービスへ移行されつつあります。実際に平成 18 年の診療報酬の改定で、それまで長くリハビリ通院していた患者さんのリハビリ診療が打ち切られ、リハビリテーション界は大混乱しました。それに伴い、多くの医療機関がリハビリテーションの外来部門を縮小または閉鎖をせざるを得ませんでした。しかし、地域には行き場を失っている方がたくさんおられるのを目の当たりにします。今後、どのように変革していくのでしょうか？

様々な疑問符を浮かべながら、日々の仕事をしていることもありますが、医療現場で働く者としては、現状の制度で、最善のサービスを提供することを優先に考えていくことが大切です。これからも患者さんの笑顔を見るために頑張って参りますので、今後とも宜しくお願い致します。

課長：藤田貴士

◆水光会メディカルフィットネス

水光会 メディカルフィットネスは生活習慣病の予防、改善を主たる目的としたフィットネスクラブです。健康増進クリニックと連携し、管理栄養士による栄養指導、健康運動指導士（運動実践指導者）による運動プログラムで、お客様の目的や目標、要望に応じて個別にプログラムを作成し、安全かつ効果的、継続的な運動が無理なく行えるようアドバイスさせていただいています。

トレーニングジムにはエアロバイク、トレッドミル、エリプティカル、ステアマスターといった有酸素運動を行う最新マシン 16 台と、その機能、安全性から世界で最も信頼されるノーチラスの筋力トレーニングマシン 6 機種があります。

1F には 15m×3 コースのプールがあり、水中歩行用の手すりを備えています。日差しが差し込む明るいプールサイドにはジャグジーがあり、ゆったりとリラックスした時間を楽しむことができます。

常設の運動機器に加え、週 50 以上の多彩なレッスンプログラムで心と体の健康維持、増進を目指しています。それぞれ専門分野の資格を持ったインストラクターが 2F スタジオでエアロビクスやヨガ、健康体操など行い、プールでも水中ウォーキングやアクアビクス、泳法指導など目的に応じたレッスンを行っています。

また、ディリハや介護予防事業での運動指導も週に 12 本担当しております。

お客様からは、「体重（体脂肪）が減少した」、「血圧が安定してきた」、「気持ちが落ち着くようになった」など、体の健康に加え、心の健康へも効果が現れています。

また、「エアロビクスが楽しい」、「ヨガで体が柔らかくなった」、「歩くのが精いっぱいだったが走れるようになった」など、運動を行う喜び、楽しみを見出すお客さまも増えてきました。特に人気のヨガやエアロビクス、プールでのアクアビクス、減量コースでは定員に達することが当たり前のようになってきました。

オープンから 3 年、会員数は 500 名を超え、ロッカールームが不足することもあります。駐車場も満車となり、うれしい悲鳴をあげています。

私たち、水光会メディカルフィットネスは、生活習慣病の予防、改善という大きな目標に加え、地域のみなさまの健康づくり、生きがいづくりのために私たちは努力し続けます。

その理念は永久に変わることはありません。しかし、その目標を達成するために、顧客満足度の向上、運動プログラムの見直し、最新のトレーニング理論の導入など、よりよいフィットネスクラブに成長し続けるため、私たちは変わります。

今後とも水光会メディカルフィットネスをよろしくお願いします。

主任：山中良晃

◆水光会センター厨房

水光会 総合リハ・フィットネスセンターでは、地域交流室 3（調理実習室）にて、月に 2 回、料理教室を開催しています。第 2 土曜日に「定番料理教室」、第 4 土曜日に「季節の料理教室」を行っています。「定番料理教室」では定番の家庭料理を中心に、毎日の献立に役立つメニューを勉強します。料理初心者の方、もう一度基本から学びたい方など、楽しみながら基本が身につく教室です。「季節の料理教室」は、季節毎の行事に合わせた献立です。料理教室に参加してくださった方には毎回アンケートを実施し、参加者の声にお答えできるようにしています。料理教室で作った料理のほとんどは、参加者がアンケートに記入してくれたものです。これまで、おせち料理やクリスマス料理、春の行楽弁当など、少し手の込んだ料理にも挑戦しました。平成 21 年 8 月から始まった料理教室は今年の 6 月で、67 回目を迎えることが出来ました。料理教室が始まった頃から、毎回参加してくださる方もいらっしゃれば、ホームページや掲示を見て、来てくださる方もいます。「普段、料理はするけれど、自己流のやり方なので基本を知りたい」、「レパートリーを増やしたい」、「料理初心者です」…など、きっかけは様々です。少人数で、アットホームな雰囲気ですので初めての方も楽しく参加できます。

料理教室に参加している方の中には、健康増進クリニックを受診している方もいます。生活習慣病（高血圧症、糖尿病、脂質異常症）の方に、三ヶ月に一度、継続的な食事指導を行っています。食事を通して生活習慣をあらためる良い機会です。患者さんが摂っている食事の量は適正なのか、バランスの偏りはないかを判断しています。また、食事日記を毎日つけている患者さんには、カロリー計算をし、一日にどれくらいのカロリーを摂っているかを計算します。

介護予防事業では、栄養に関する講話、調理実習を行っています。講話の内容は、食べ物に含まれる栄養の話や、食品の正しい保存方法など、様々です。少人数制なので、気軽に質問にも答えることができます。講話の最後にその日の理解度を確かめる為の簡単なテストを実施していますので、利用者の方は、良い点を取る為、熱心にメモを取りながら受講されています。調理実習では、日頃全く料理をしない男性の方も楽しみながら、調理に取り組んでいます。「今まで、一度も料理を作ったことがなかったけれども、ここで習った料理を妻に作ってあげた」、「規則正しい食事をするようになって、健康状態が良くなった」という声を聞くと嬉しくなります。介護予防事業を受講してから、何かしらの変化が見られる利用者の方もいます。食に対する知識を増やし、生活習慣病を予防することを目的に取り組んでいます。

管理栄養士：生野舞

◆カフェレストラン

店内は時間を忘れてしまうような、ゆっくりとくつろげる空間になっています。当店のおすすめは日替わり和風ランチ、日替わりパスタランチ、日替わり弁当。センターにお越しの利用者の方、患者さんはもちろんのこと、一般のどなたでもご利用できます。

営業時間　月～土曜日　　１０：３０～１５：３０
　　祝日　　１１：００～１４：００

休日　　日曜日
座席数　　４０席

（株）グリーンハウス

１０．委託事業の概要

【福津市地域支援事業】

◆地域介護予防教室事業

二次予防事業対象者のうち、運動器機能向上が必要な人を対象とする。

◆家族介護者支援事業

要介護者を在宅で介護している人を対象とする。

【宗像市地域支援事業】

◆通所型介護予防事業

二次予防事業対象者で、①運動器の機能向上、②栄養改善・口腔機能の向上、③うつ・認知予防が必要な人を対象とする。

一次予防事業対象者で、介護予防いきがいづくりを希望される人を対象とする。

【古賀市地域支援事業】

◆通所型介護予防事業

二次予防事業対象者で、①運動器の機能向上、②栄養改善、③口腔機能の向上が必要な人を対象とする。

一次予防事業対象者で、①認知症予防・支援、②うつ予防・支援、③閉じこもり予防・支援が必要な人を対象とする。

１１．開設後の行事、キャンペーン等の実績

年月日	内　　容
2009.06.01	水光会 総合リハ・フィットネスセンター開設
06.01	水光会メディカルフィットネス　オープンキャンペーン（～06/30）
07.13	医療法第 25 条第 1 項の規定に基づく立入検査（宗像保健福祉環境事務所）
08.01	第 1 回料理教室開催
08.25	「水光会 総合リハ・フィットネスセンター」ホームページ開設
10.22	第 1 回消防総合訓練（宗像消防署と合同訓練）実施
2010.04.10	「第 1 回水光会マンドリン♪春のきらめきコンサート」開催（2 階地域交流室）
05.19	月刊誌「最新医療経営（フェイズ３）」（日本医療企画発行）6 月号に 当施設の紹介記事が掲載される
06.13	1 周年記念イベント「水と光の健康フェスタ」開催
06.13	1 周年記念イベント「高血圧のための減塩料理教室」開催
06.15	水光会メディカルフィットネス　厚生労働大臣認定健康増進施設に認定
10.21	第 2 回消防総合訓練実施
11.16	「スウィートスパローズオカリナコンサート」 ～本田路津子さんとともに～を開催（１階ロビー）
2011.01.01	水光会 健康増進クリニック院長に田中龍二先生着任
03.17	第 3 回消防総合訓練実施（宗像消防署福間分署立会い）
04.16	「第 2 回水光会マンドリン♪春のきらめきコンサート」開催（1 階ロビー）
09.18	福間駅東 明日花まちびらきイベント参加（水光会メディカルフィットネス）
10.12	第 1 回防災教室開催（講師：宗像消防署福間分署係官）
10.18	第 4 回消防総合訓練実施（宗像消防署福間分署立会い）
2012.02.16	隔月刊誌「達人ケアマネ」（日総研出版発行）2011 年 8・9 月号にて 当施設が紹介される
02.17	「介護サービス情報の公表制度」訪問調査実施（SEO㈱福祉サービス評価機構）
03.19	第 2 回防災教室開催
04.17	第 5 回消防総合訓練実施
04.21	「第 3 回水光会マンドリン♪春のきらめきコンサート」開催（1 階ロビー）
06.01	水光会 総合リハ・フィットネスセンター3 周年（3 周年記念誌発行）

マンドリンコンサートの風景

センター職員の集合写真

１２．思い出のページ　～元職員からの寄稿～

題名「診療所の思い出」

水光会 健康増進クリニック

前院長　仲嶋　孝治

開設３年おめでとうございます。開設時、診察所に勤務し、当時の思い出を述べます。

水光会 総合リハ・フィットネスセンター、併設診療所の発案者は宗像水光会総合病の前理事長、津留水城先生でした。当時、国をあげての生活習慣病の予防、メタボリックシンドローム対策で子供達までもメタボと言っていました。新聞、雑誌、テレビ等にも実に多くの健康に関する広告、特にサプリメント、肥満、ダイエットに対してのものがあり、また、健康維持等のための運動器具の広告を多く見ます。これらは全ての人達の健康で長寿でありたいとの願いのものだろうと思います。日本が世界一の長寿国の維持、継続ではないかと思います。

前理事長津留水城先生は、食に関しては非常に造詣が深く、毎日の食事と運動が疾病予防には非常に大切だと言われていました。食事、運動で生活習慣病の予防が出来る。それに、現に何等かの疾病で身体に障害を持たれた人に対しては、継続的なリハビリテーションが重要であると主張されて、一人でも多くの人が身体の機能改善し、社会に復帰することを目指し、是非にそのような施設を作りたいとの想いがありました。宗像水光会総合病院の理念の一つは「いつでも、どこでも・・・」です。それに加え、高齢者の人達が少しでも身体機能活動の意欲を引き出し、毎日を楽しく生活ができる、それにお役に立つ施設、そして、診療所を併設したものを考えられ、水光会 総合リハ・フィットネスセンターの診療所が出来ました。

少し、施設の紹介をしようと思います。正面は明るいエントランスホール。右手は15mの温水プール。左手はリハビリテーション室で種々の新しい器具を備えています。二階中央多目的ホール、その隣には施設の特徴の一つ、運動器具を備えたフィットネスセンター。ストレッチを行う鏡張りの壁の一番奥にはシャワー室、露天風呂を備えた浴室。利用者一人一人が満足のいく総合的な施設です。

平成 21 年 5 月 23 日完成。地元の皆様、医師会関係、福岡県医師会長はじめ多数の来賓をお迎えし、竣工式を行いました。ここで非常に残念なのは、この日を一番に待たれた津留水城先生が体調不良のため出席できませんでした。その数日後に先生は帰らぬ人となり完成した施設に一度も運ぶことがないままでした。残念の悼みです。

平成 23 年 6 月 1 日施設全面にオープンとなりました。はじめは何をする所か、どんな設備か、存じない人が多々ありました。徐々ではありますが、利用者は増え、施設の完備、職員の技術の高さ、指導能力の優れたことを認めてくれるようになり、喜んでくれるようになりました。診療所は、生活習慣病の予防についての指導、機能障害をもたれた人達の話を聞き、把握し、その人に応じたメニューを組み、また利用中に体調不良を訴えられた人の処置を行いました。調理実習室では、管理栄養士が、男の料理、手軽

で簡単な健康食を指導し、皆様と一緒に料理をし、食べて喜んでいただきました。フィットネスセンター利用者は個人に適応した運動メニューを作成し、ストレッチ、筋力、体力増強、運動器具を使用し、指導員の元で行い、その効果はすごいものでした。生活習慣病(肥満、高血圧、高脂質、糖尿病)の予防、改善が出来、長時間の歩行、腰痛をはじめ、各関節痛の予防、軽減ができ、具体的に腹囲の減少、総合的に身体のバランスがとれるようになりました。特にヨガを取り入れたストレッチは心と身体のバランスが取れ非常に好評でした。

リハビリテーションの利用者の皆様方は、職員の知識、技術の高さに満足していただいたようでした。障害者の機能改善、回復、高次脳機能障害者の職場復帰が可能となった方、言語障害の方の改善、利用者一人一人の機能に応じたリハビリテーションを目指し、中でも温水プールを利用し、一般の人達と同様に身体運動を水の中で行い、また高齢者の方も利用していただき、指導をプールサイドで身の動かし方を行い利用者には好評でした。

施設の利用者の皆様から生活に対する意欲を引きだし、毎日が楽しいとの声も聞かれるようになりました。

診療所勤務は短い間でしたが、施設の利用者の皆様方と親しくお話しが出来ました。勤務中に利用者の皆様の中での事故がなかったこと、施設の職員の皆様が熱意と情熱を持ち、利用者の立場になり、一体となり指導してくれたことに感謝をしています。

津留水城先生の理念を守り、水光会 総合リハ・フィットネスセンター診療所が生活習慣病の予防、改善、体力の増強、機能障害の改善、高齢者の運動を通じての生活の質、意欲を引き出し向上、毎日が楽しい生活を過すことを願い、職員の皆様の知識、技術を日々研鑽し、利用者の皆様方と心が一つになり、友達になり、今後増々の発展を願います。

（仲嶋前院長と恒永紗都美さん）

題名「水と光の環境の中での思い出」

水光会 健康増進クリニック

元看護師　西田　りつ子

平成 21 年 4 月 30 日まで宗像水光会総合病院に勤務し､5 月 1 日より健康増進クリニックの準備をはじめました。薬品の準備・台帳作成・医療器機の設定等新規の事ばかりで、何をどの位準備すればいいのか、はっきりと想像できない事が多く、デイリハ・メディカルリハ・メディカルフィットネスを利用していただく方を想定しながら、プールでの急変も含み準備をしたことを昨日の事のように思い出します。6 月の医療監視も控え、これでいいのか、大丈夫かと毎日毎日考えながら準備をしましたが、今となってはとても楽しい日々でした。前理事長の想いがいっぱい詰まった場所で働ける幸せを感じていたからです。クリニックの待合室から見える青い空、緑の芝生、太陽の光でキラキラと輝く池の水、そしてフィットネスセンターのプール、水と光の素晴らしい環境の中で穏やかな気持ちになれる、日々の大変さを忘れさせてくれる場所でした。

クリニックに見える患者さんは院長先生や栄養士さんから適切な指導を受けながら、前向きに頑張っています。自分の事を良く理解され、努力される姿にいつも感心しながら、いろいろな悩みをお聞きする事が多く、傾聴する事の大切さを再認識し実践出来た事を嬉しく思います。患者さんと時間の許す限り、お一人お一人とゆっくりお話しが出来たのも、素晴らしい環境の中にいたからでしょう。フィットネスセンターとは情報交換を行いながら、利用者の方へ迷惑がかからないようメッセージカードを作成し、全員で共有しました。事務室との連携は何度も話し合いを行い、よりよい方向性を見出し実践していく事で、患者さんに安心して頂けるよう努力した思いがあります。メディカルリハとは院長先生の指示をリハビリに伝え、患者さんの情報や悩みなどを共有し患者さんの対応をしていました。満足して仕事ができた事が嬉しいです。デイリハビリでは介護職と協力し、記録用紙の修正を行うなど業務のスリム化を図ったり、試行錯誤の日々でした。利用者の方から病状について相談を受けたり、いろいろな悩みを傾聴したりたくさんお話ができた事を思い出します。お一人お一人の笑顔が目に浮かびます。口腔ケアは未熟な指導にも関わらず、感謝して頂き有難く思っています。介護予防では藤田課長と一緒に夕陽館や市役所に出かけました。皆さんの笑顔と会話の楽しさは忘れられません。2 年間でしたがたくさんの方に出会い、多くの学びがありました。すべての皆様に感謝しています。

水光会 総合リハ・フィットネスセンターは院長先生を中心に各職種が自分の専門知識を持って、患者さん、利用者さんに誠実に向き合える場所です。素晴らしい環境の中でお互いに情報を共有し連携を持ちながら、対象者の心に寄り添い傾聴して下さい。そして素晴らしい笑顔に出会い多くの事を学んで下さい。水光会 総合リハ・フィットネスセンターのますますのご発展をお祈り致します。

題名「3 年間の思い出」

水光会 健康増進クリニック

元看護師　鶴田　邦子

早いもので水光会 総合リハ・フィットネスセンターが開設されて 3 年目を迎えました。平成 21 年 6 月 1 日をだれよりも楽しみにされていたのは前理事長ではなかつたかと思います。

開設迄の準備期間は、朝礼で打ち合わせをして、終礼で各部署の進行状況を確認する毎日でした。各部署の清掃から始まり医療機器・備品搬入・当センターの紹介・職員研修・その他（各部署との連携）等、すべて水光会グループ職員の方々の協力により無事開院当日を迎える事が出来ました。

介護予防、デイリハビリの送迎車に同乗して行く途中、地域の名所・旧跡の案内を利用者の方からして頂き改めて地域のすばらしさを実感しました。利用者の方々が一番楽しみにされているのが「室内温水プール」です。プールでの運動をされている時は満面の笑顔で生き生きとした表情が見られました。また、四季折々の行事も利用者の方々と一緒になって作製したものです。

介護予防のなかでも、「ふくとぴあ・夕陽館」等、各施設での利用者同士の、和気あいあいとした雰囲気がとてもよい印象に残っています。男の料理教室では管理栄養士さんのお手伝いをさせて頂き楽しい時間を一緒に過ごさせていただきました。

クリニックでの勤務では生活習慣病の予防として規則正しい食生活・睡眠・運動がいかに重要か私自身も反省する事ばかりでした。「継続は力なり」と言いますけど、フィットネスセンターでの運動を持続されている方は、着実に体脂肪・体重減少の結果が出ています。利用者の方が異口同音に言われる言葉が「体重が減って身体が軽くなり、動きやすくなった」との事です。皆さんの「素敵な笑顔」が目に焼きついています。

医療保険のメディカルリハビリの方々も一生懸命頑張って社会復帰されていく姿に感慨深いものがありました。

今後高齢社会はますます増加の一歩をたどるところです。当センターが地域で最重要な役割を果たされると思っています。特に当センターは自然環境もすばらしく癒しになります。庭園の桜の木と共に大きく地域に根を張り、発展されることを心よりお祈りいたします。最後に明るい、愉快な職員の皆さんに今日まで支えて頂き勤務できた事に感謝しています。

本当にありがとうございました。

（前列左・鶴田邦子さん、中央・西田りつ子さん）

１３．利用者様からのメッセージ

デイ　リハビリテーション

ご利用者　Ｔ・Ｏ様

水光会総合リハ･フィットネスセンターの開所３周年を迎えてお祝いを申し上げます。

さて、私事ですが、三年半前、縁あって水光会病院に入院する機会があり、この施設の建設と時を同じくしました。その際、院内のリハビリのスタッフに「あれは何が出来るのですか？」と尋ねたら「地域の人々の介護予防や維持期リハ・フィットネスセンター」だと知り、リハビリ難民もささやかれる中、ほっと胸をなでおろしたものです。そんな折「水光 49 号」を読む機会があり、前理事長と中村部長との想いに感動し、リハビリ担当の大田部長に案内して頂き、準備で忙しい最中の事務所に伺い、入所の申込みをしたものでした。六月一日の開所でしたが、私は二日からお世話になり、あっという間の三年でした。当初は利用者よりスタッフの方が多い時期もありましたが、それも一次的で次第にその心配もなくなった様です。現在では利用者も増え、スタッフの皆さん方も増員され充実した施設になったと思います。さて、利用者の多くは維持期リハビリは勿論のこと、時間が許す限り趣味の交流や、体操にと意欲的に活動しておられます。この様に会員の笑顔と、スタッフの皆さんの優しい人柄との交わりが一層我々を元気にしてくれていると思います。

当施設の電話番号『３４－３１３９』、『(見よー再咲く(みよーさいさく))』のように明るく希望を持って過したいものです。

メディカル リハビリテーション

ご利用者　Ｋ・Ｈ様

初めてセンターの扉を開く　広い!!　明るい!!　清潔!!　大きな透明ガラスから見える自然の美しさ　ずらりと並んだ運動器具　なんと素晴らしい施設なんだろう　こんなところでリハビリを受けることができるのだ。　幸せ！

足腰を痛めてリハビリに励む人の姿が目に付く。歯を食いしばり乍ら　階段の上り下りを繰り返す人。そして　その傍らに影の如く優しく付き添って優しく見守って居てくれる介護の人。有難いなあ！胸がきゅっと熱くなる。

ピンクの広いベッドに案内される。いよいよ私のリハビリが始まる。一瞬　緊張が走る。理学療法士との初顔合わせである。しかし　いつの間にか　十年来の知己の如く話が弾む。三人の療法士さんの世話になっているが私は皆大好きである。時には隣のベッドの方の話に仲間入りすることもある。二十分程の時間が足りない様に楽しい寛げるひとときである。

廊下に大勢の人の気配がする。高年齢の人の一行である。送迎バスでの送迎バスでの介護予防の人達だ。老いを迎えるに当り　健康な時からリハビリに参加して体を鍛えている人だ。若い仲間が出来た。人生を語り合える友達が増えた。年齢に関係のない人との繋がりが出来た。皆と一緒に人生を楽しく歩こう。一人では無い。

今、私は隣の老人ホーム『水と光の園』で手厚い介護を受け乍ら、フィットネスセンターでリハビリを受けている八十七才の老女である。

『　人性万歳!!　リハ・フィットネス万歳!!　』

メディカルフィットネス

ご利用者　K・Y様

以前、くも膜下出血で倒れ、運動が必要であったので入会しました。入会直後はボーっとしながら運動を行っていましたが、入会後、8ヶ月目でレッスンに入り、だんだんと体が動くようになりました。レッスンが良かったのだと実感しております。

水光会メディカルフィットネスは時間的に長くいることができ、お風呂もあります。スタッフのみなさんも親切で楽しく運動ができています。レッスンに参加することでインストラクターの方々から元気をもらっています。

ソフトボールが大好きで、思いっきり楽しめるようフィットネスで頑張っています。

メディカルフィットネス

ご利用者　T・Y様

ある運動施設でお医者さんの指示が必要だと言われ、いろいろなスポーツクラブを見て入会を決めました。病院が運営していることで安心して利用でき、施設も整っており、今ではメディカルフィットネスで運動をすることが楽しみになりました。運動で体調も維持できるし、ストレス解消にもなります。メディカルフィットネスではインストラクターの方々から元気をもらい、たくさんの方々とお話しすることで友達がたくさんできて感謝しています。

これからも楽しく、元気に運動を継続していきたいと思います。

１４．研究業績・学会発表・論文掲載等

【総合リハ・フィットネスセンター関連】

◆学会発表

第 31 回　九州理学療法士・作業療法士合同学会	2009.11
題名「総合リハビリ施設の開設による シームレスリハビリテーションの実現に向けて」	
筆頭演者： 嶋津雄一	共同演者： 藤田貴士、辻義輝、中村一平

第 52 回　全日本病院学会	2010.10
題名「当センターの介護予防事業への取り組み －平成 21 年度実績と課題および展望－」	
筆頭演者： 加門堂美喜	共同演者： 藤田貴士

第 53 回　全日本病院学会	2011.10
題名「健康増進～介護予防～リハビリ複合施設開設 2 年後の実績報告」	
筆頭演者： 横幕理恵子	共同演者： 中村一平、吉原恵美、加門堂美喜、山中良晃、本間美香

◆論文、雑誌等

福岡県私設病院協会発行「福私病ニュース」	2009．7
題名「水光会 総合リハ・フィットネスセンターのご紹介」	
執筆者：中村一平	

日本医療企画発行「日本経営フェイズスリー」	2010．6
題名「健康増進から介護予防、リハビリまで 1 施設でシームレスなサービス提供を実現」	
執筆者：津留英智	

福岡県私設病院協会発行「福私病ニュース」	2010．8
題名「もう 1 歩踏み込んだ介護予防事業の展開 ～特定高齢者の QOL の向上を目指して～」	
執筆者：藤田貴士	

日総研出版発行「通所介護＆リハ」	2011．7
題名「プールでの水中運動で関節に負担のない運動を ～歩行能力が向上した 1 症例」	
執筆者：横幕理恵子	

日総研出版発行「達人ケアマネ」	2011．8
題名「健康増進から介護予防、リハビリまで ～地域の方々のライフサイクルに合わせてサポート」	
執筆者：横幕理恵子	

「ほすぴたる」	2012．4
題名「水光会 総合リハ・フィットネスセンターのご紹介 －開設 3 周年を控えて－」	
執筆者：中村一平	

【総合リハ・フィットネスセンター関連外の発表】

学会名	演題名	演者名
1997 年 第 32 回　日本理学療法学術大会	当院理学療法士の社会活動について ～'96 理学療法週間の反省を兼ねてから～	横幕理恵子
1999 年 第 13 回　世界理学療法連盟学会	The Relationship between the Admission Term and the Number of "Visiting Rehabilitation"	横幕理恵子
2001 年 第 36 回　日本理学療法学術大会	健康増進事業「健康増進室」の取り組み	藤田貴士
2004 年 第 46 回　全日本病院学会	回復期リハ病棟におけるスムーズな退院を目指して ～在院期間が長期化した要因を検証して～	藤田貴士
2004 年 第 26 回　九州理学療法士・作業療法士合同学会	当院における回復期リハビリテーション病棟の在宅への退院に向けた取り組み～外泊チェック表より～	長野久美子
2005 年 第 47 回　全日本病院学会	「連携」「協業」に対するリハビリスタッフの意識変化	藤田貴士
2006 年 第 48 回　全日本病院学会	診療報酬改定における外来リハビリ診療への影響と対策	藤田貴士
2007 年 第 57 回　日本病院学会	当院における診療報酬改正の影響と今後の取り組み	横幕理恵子
2008 年 第 10 回　アジア理学療法学会	Differences of ADL Improvement between Patients with Stroke and Femoral Neck Fracture	横幕理恵子
2008 年 第 58 回　日本病院学会	リハビリテーション診療報酬改定の影響について　～当院外来リハビリ診療の 3 年間の診療実績を振り返って～	藤田貴士
2008 年 第 7 回　日本ケアマネジメント学会	多職種協働における介護支援専門員の役割	鎌石佐織
2010 年 第 45 回　日本理学療法学術大会	虚弱高齢者の動的バランス機能に対するサイドステップエクササイズの介入効果について	藤田貴士
2010 年 第 72 回　九州山口薬学大会	在宅医療におけるメディカルスタッフの連携	鎌石佐織

１６．編集後記

この度、この 3 周年記念誌をまとめている今の季節は春です。気候が暖かくなり、山や街中に咲いていた桜の見ごろが終わったあとは、新緑が眩しく、とても気持ちの良い時期になっています。

当センターは、たくさんの方がご利用されています。来館される方は健康で快活な方、加齢によって足腰が弱られた方、病気を患い日常生活もままならない方など、皆さん、さまざまな環境下で生活を営まれています。運動に取り組んでいる方々の共通点は、それぞれの個人目標に合わせた運動プログラムを行い、快適な生活を長く続けていくことです。皆さんが運動を始めるには、何かきっかけのようなものが要りませんか？気候が暖かくなって、身体の動きが軽く感じられ、気持ちが少し上向きになるこの季節は運動を始めるチャンスではないでしょうか？この季節を良いきっかけにして下さい。

最後になりましたが、本記念誌を編集するに当たり、たくさんの方々にご協力を頂きました。懇切丁寧にご助言くださった津留英智理事長、お忙しい中、原稿を執筆いただいた利用者さん、OB の皆さん、並びに関係各位に心よりお礼申し上げます。

藤田　貴士

医療法人社団水光会

水光会 総合リハ・フィットネスセンター

発行日　：　2012 年 6 月 1 日

発行責任者　：　理事長　津留英智

編集責任者　：　リハビリ課長　藤田貴士

〒811-3207　福津市上西郷 488 番地の 1

TEL　（0940）34-3135　㈹　　FAX　（0940）42-8080

http：// suikokai - rmfc. jp